

De Dementie Welkomdoos

Karin Bruers

Bijna de helft van de mensen boven de 90 lijdt aan dementie. Als ik het niet wil krijgen moet ik dus niet oud worden of mijn hersenen sponzig houden.

Het is een denkfout dat je ze sponzig kunt houden met het oplossen van kruiswoordpuzzels of geheugenspelletjes. Je moet echt aan de bak, zoals een cursus volgen, een tweede taal leren of muziek maken, veel met iedereen en alles mee blijven doen dan kun je het dementie-lot voor een deel afwenden. Dus niks bankhangen met een puzzeltje en een espresso.

Stel dat ik dan toch dementie krijg – ik moet daar ernstig rekening mee houden want ik heb niets onder de leden waardoor ik jong zal sterven – dan zorg ik dat ik voorbereid ben. Ik ga mijn eigen ‘Dementie Welkomdoos’ maken. Daarin stop ik een fotoboek van mijn leven, met alleen de foto’s waar ik goed op sta en de anderen niet. Ik doe er ook een wat aangezette CV, een gecensureerde autobiografie en instructies ‘Hoe met mij om te gaan’ in. Ik houd bijvoorbeeld niet van kletsen bij de verzorging. Eigenlijk moet iedereen gewoon zijn mond houden tegen mij en tegen elkaar, en dat ze me niet aanraken. Ik wil niet meegenomen worden naar pret-parken, stadsevenementen, huishoudbeurzen of tot panenkoekenhuis omgebouwde

boerderijen, daar heb ik een schurfthekel aan. Er komt een lijst in met personae non gratae en personae gratae, dit in verband met bezoek. Waag het niet mij grote witte Wibra-onderbroeken aan te doen want als ik maar één momentje helder ben en het merk dan schijft ik ‘m helemaal vol.

In de ‘Dementie Welkomdoos’ stop ik ook mijn mooiste muziek, films, boeken en documentaires. Dan kunnen ze die eventueel elke dag op ‘repeat’ zetten als er personeel tekort is. Heel belangrijk, kinderslot

op al mijn ‘devices’ voor kookprogramma’s, programma’s die tot doel seksuele opwindingshebben en programma’s die op wat voor manier dan ook met sport te maken hebben. Mijn snoepla, waarin ik altijd iets van drop, chocola, peper/zout chips, snoeppapier, kletskoppen en kauwgum wil hebben, gebak in de ijskast en spacecake op mijn verjaardag. Mijn thee heb ik het liefst uit een dun kopje met een witte binnenkant. En dan Lady Grey-thee, geen groene thee of haptonomische tantra verse munt onzin. Mijn voorkeur voor oesters en een bamischijf met dubbele mayonaise, zet ik bovenaan op mijn lijst. Als ik chagrijnig ben krijg je me er hiermee weer bovenop. Ik wil geen planten in mijn kamer, daar hou ik niet van, maar altijd verse bloemen, maar niet met al die groene boekettakkenopvulmeuk er in.

Als ik nu overvallen word door een agressieve vorm van acute dementie dan ben ik voorbereid.

Echter, mijn dochters dreigen me dat als ze niet meer zakgeld krijgen zij mijn koffertje tegen die tijd verwisselen met die van Wilfred Genee of een pedofiele crècheleider. 🐼

Karin Bruers is oprichtster van het Duvelhok, bedenker van Socialsalon en Socialsofa. Ze is sociaalondernemer, schrijfster en theatermaker. Haar lezingen zijn indringend, moed gevend en humorvol.



karinbruers@speakersacademy.nl

© MET DANK AAN KARIN BRUERS